

# みんなまで区る健康まつり 2016

のばそう健康寿命、ひろげよう健康づくりの輪

来場者アンケートに  
お答えいただくと、  
先着300名様に  
記念品を  
プレゼント!

開催日

2016年9月29日(木)

時間

午前10:00~14:30

※各コーナーで開始・終了時間が異なります

第1会場 南区民センター

真駒内幸町2丁目2-1



10:00~12:30 ★事前予約が必要!

健康測定Aコース

●測定内容 / 血管年齢、体内酸化度、血圧の測定  
●定員 / 80名

10:00~11:30

◆はり、マッサージ、  
温灸などの体験



10:00~12:30

◆がん予防コーナー  
◆お薬相談  
◆もの忘れや生活機能チェック・こころの健康  
◆健康寿命延伸パネル展



10:00~14:30

◆きのこ展

10:00~13:00

◆「みんなで食育」  
南区食生活改善展  
ミニ学校給食展  
男性料理サークル活動発表 等  
◆健康づくりグループ活動紹介

試食も  
あります



10:00~12:00

◆おもちゃライブラリー  
◆おもちゃクリニック  
◆暮らしのまわりの虫たち展

当日整理券を配布

●1人1枚 ●先着60名  
●配布時間 / 10:30~

11:00~13:00

◆歯科ドック(虫歯菌検査等)



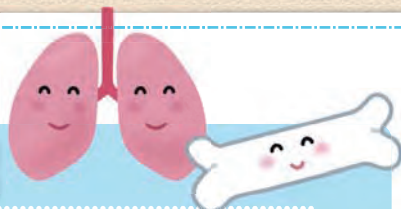
第2会場 まごまる特設会場

(札幌市立大学COCキャンパス 他)  
真駒内幸町2丁目2-2

10:00~12:30 ★事前予約が必要!

健康測定Bコース

●測定内容 / 骨密度、体組成、肺年齢の測定  
●定員 / 60名



13:00~14:30

◆健康講話「健康長寿の時代を生きる」

講師：五輪橋産科婦人科小児科病院  
医師：丸山淳士先生



10:00~12:30

◆健康相談

札幌市立大学 学生企画

11:00~12:00

◆ふまねっと運動教室

12:00~14:30

◆いつまでもおいしく食べる～  
健口体操と介護食を知ろう



★の健康測定申込み詳しくは裏面の応募要領をご覧ください。